

8月のこんだて

R3. 7. 26

太田東保育園

日 曜日	初期(5~6ヶ月)	中期(7~8ヶ月)	後期(9~11ヶ月)			行事予定	メモ
			午前おやつ	昼食	午後おやつ		
2月	人参	レタス、きゅうり、人参の水煮	すいか	豚肉、豆腐、野菜入りスープ煮	かぼちゃ饅頭	避難訓練	
3火	〃	人参、茄子、じゃが芋〃	すいか	鶏肉、野菜入り味噌スープ煮	フルーツ寒天		
4水	〃	大根、人参、ブロッコリー〃	すいか	鮭のほぐし身、野菜入りスープ煮	じゃが芋もち		梅雨が明け、猛暑とともに夏がやってきました。この時期はつい冷たいものを食べてしまいがちです。そんな時は夏野菜を食べるのをお勧めします。夏野菜には水分やカリウムが多く含まれているので、水分補給や体の熱を逃がすのに役立ちます。暑い夏を乗り切るためにもいろいろな食品を食べられるようにしていきたいですね。
5木	〃	玉ねぎ、じゃが芋、人参〃	赤ちゃんせんべい	薄味チキンカレー	ホットケーキ		
6金	〃	じゃが芋、人参、ブロッコリー〃	赤ちゃんせんべい	しらす、ふ、野菜入り味噌スープ煮	コーン蒸しパン	身長体重測定	
7土	〃	きゃべつ、じゃが芋、人参〃	赤ちゃんせんべい	めん、鶏肉、野菜入りスープ煮	食パン		
10火	じゃが芋	人参、きゅうり、じゃが芋〃	すいか	しらす、ふ、野菜入りスープ煮	きな粉マカロニ		
11水	〃	トマト、じゃが芋、人参〃	すいか	鶏肉、ひじき、野菜入りコンソメスープ煮	ホットケーキ		
12木	〃	大根、きゅうり、人参〃	赤ちゃんせんべい	うどん、鶏肉、野菜入りしょうゆスープ煮	フルーツ寒天		
13金	〃	人参、じゃが芋、レタス〃	赤ちゃんせんべい	鶏肉、豆腐、野菜入り味噌スープ煮	蒸しパン		
14土	〃	人参、じゃが芋、玉ねぎ〃	赤ちゃんせんべい	スパゲティー、鶏肉、野菜入りトマトスープ煮	食パン		
16月	大根	人参、大根、じゃが芋〃	赤ちゃんせんべい	鶏肉、野菜入り味噌スープ煮	すいか		
17火	〃	人参、かぼちゃ、きゅうり〃	すいか	豚肉、野菜入りコンソメスープ煮	蒸しパン		
18水	〃	ブロッコリー、かぼちゃ、きゅうり〃	すいか	鶏肉、野菜入りスープ煮	じゃが芋もち		
19木	〃	人参、じゃが芋、きゅうり〃	赤ちゃんせんべい	鶏肉、野菜入りトマトスープ煮	フルーツ寒天		
20金	〃	人参、じゃが芋、玉ねぎ〃	赤ちゃんせんべい	鶏肉、豆腐、野菜入り味噌スープ煮	食パン		
21土	〃	人参、ほうれん草、じゃが芋〃	赤ちゃんせんべい	めん、しらす、ふ、野菜入りしょうゆスープ煮	食パン		
23月	きゃべつ	じゃが芋、人参、きゃべつ〃	巨峰	鶏肉、野菜入り味噌スープ煮	きな粉マカロニ		
24火	〃	人参、茄子、かぼちゃ〃	巨峰	薄味チキンカレー	じゃが芋もち		
25水	〃	人参、きゅうり、じゃが芋〃	巨峰	鱈のほぐし身、野菜入り味噌スープ煮	ホットケーキ		
26木	〃	人参、きゅうり、ブロッコリー〃	赤ちゃんせんべい	めん、しらす、ふ、野菜入りしょうゆスープ煮	フルーツ寒天		
27金	〃	人参、玉ねぎ、茄子〃	赤ちゃんせんべい	鶏肉、野菜入りスープ煮	食パン		
28土	〃	人参、ほうれん草、じゃが芋〃	赤ちゃんせんべい	うどん、しらす、ふ、野菜入りしょうゆスープ煮	食パン		
30月	かぼちゃ	人参、かぼちゃ、きゃべつ〃	巨峰	鶏肉、野菜入りトマトスープ煮	ホットケーキ		
31火	〃	人参、じゃが芋、ブロッコリー〃	巨峰	しらす、ふ、野菜入り味噌スープ煮	フルーツ寒天		



☆離乳食はその日の体調を考慮して無理はしないで量を加減したり、離乳食を一段階戻してあげてみましょう。また、汗をかく時期なので水分をこまめに摂るようにしましょう。